

### Форма опису програми екзамену

Поля форми	Опис поля форми
Київський університет імені Бориса Грінченка	
Кафедра фізичної реабілітації та біокінезіології	
<b>ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ з дисципліни «Фізична реабілітація в спорті»</b>	
Курс	IV
Спеціальність (спеціалізація)	6.010203 - Здоров`я людини
Форма проведення: Письмова / усна / комбінована	Письмова
Тривалість проведення:	2 години
Максимальна кількість балів: 40 балів	40 балів

#### Критерії оцінювання:

Оцінка	Кількість балів
письмова відповідь на два запитання	2*20=40
<b>Відмінно</b> <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	18 – 20
<b>Дуже добре</b> <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	15 – 17
<b>Добре</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	12 – 14
<b>Задовільно</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	9 - 11
<b>Достатньо</b> <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	7 - 8
<b>Незадовільно</b> <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного</i>	4 - 6

<i>складання модулю (низький рівень)</i>	
<b>Незадовільно</b> <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1 - 3
Загальна кількість балів	40 балів

### **Перелік питань до іспиту «Фізична реабілітація в спорті»**

1. Охарактеризуйте структуру здоров'язнавства в Україні та визначте місце фізичної реабілітації у цій структурі.
2. Охарактеризуйте види реабілітації.
3. Визначте загальні принципи реабілітації.
4. Визначте періоди та етапи медичної реабілітації.
5. Розкрийте сутність фізичної реабілітації як складової частини медичної реабілітації.
6. Охарактеризуйте засоби фізичної реабілітації.
7. Визначте головні завдання фізичної реабілітації хворих та інвалідів.
8. Охарактеризуйте основні засоби ЛФК у проведенні фізичної реабілітації.
9. Охарактеризуйте додаткові засоби ЛФК у проведенні фізичної реабілітації.
10. Визначте головні завдання фізичної реабілітації спортсменів.
11. Визначте етапи реабілітації спортсменів.
12. Дайте характеристику оперативному контролю за ходом реабілітації спортсменів.
13. Дайте характеристику експертній оцінці готовності спортсменів до тренувального процесу після проведеної реабілітації.
14. Охарактеризуйте основні складові реабілітаційної програми спортсмена.
15. Розкрийте сутність ізокінетичного тестування спортсмена.
16. Розкрийте сутність проведення гоніометрії у спортсменів.
17. Розкрийте сутність мануального тестування м'язів за Ловеттом.
18. Опишіть техніку тестування м'язів нижньої кінцівки [на прикладі клубово-поперекового м'язу (*m. iliopsoas*)].
19. Опишіть техніку тестування м'язів нижньої кінцівки [на прикладі великого сідничного м'язу (*m. gluteus maximus*)].
20. Опишіть техніку тестування м'язів нижньої кінцівки [на прикладі середнього сідничного м'язу (*m. gluteus medius*)].
21. Опишіть техніку тестування м'язів нижньої кінцівки [на прикладі привідних м'язів стегна (*mm. adductores*)].
22. Опишіть техніку тестування м'язів нижньої кінцівки [на прикладі чотириголового м'язу стегна (*m. biceps femoris*)].
23. Опишіть техніку тестування м'язів нижньої кінцівки [на прикладі двоголового м'язу стегна (*m. quadriceps femoris*)].
24. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки [на прикладі трапецієподібного м'язу стегна (*m. biceps femoris*)].

25. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки [на прикладі трапецієподібного м'язу (*m. trapezius*)].
26. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки [на прикладі дельтоподібного м'язу (*m. deltoideus*)].
27. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки [на прикладі великого грудного м'язу (*m. pectoralis major*)].
28. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки (на прикладі зовнішніх ротаторів плеча).
29. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки (на прикладі внутрішніх ротаторів плеча).
30. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки [на прикладі двоголового м'язу плеча (*m. biceps brachii*)].
31. Опишіть техніку тестування м'язів верхньої кінцівки [на прикладі плечопроменевого м'язу (*m. brachioradialis*)].
32. Опишіть техніку тестування м'язів шиї [на прикладі грудинно-ключично-соскоподібного м'язу (*m. sternocleidomastoideus*)].
33. Опишіть техніку тестування м'язів шиї (на прикладі м'язів-випрямлячів голови).
34. Опишіть техніку тестування м'язів тулуба [на прикладі прямого м'язу живота (*m. rectus abdominis*)].
35. Опишіть техніку тестування м'язів тулуба [на прикладі м'язу-випрямляча тулуба (*m. erector trunci*)].
36. Назвіть зовнішні й внутрішні чинники виникнення спортивних травм.
37. Визначте загальні основи лікування і реабілітації спортивних ушкоджень.
38. Розкрийте сутність методу контрастів у лікуванні та реабілітації спортивних ушкоджень.
39. Розкрийте сутність методу комплексного лікування спортивних ушкоджень.
40. Опишіть процес реабілітації спортсменів після ушкодження м'язів різного ступеня.
41. Опишіть процес реабілітації спортсменів після ушкоджень (розтягнень) суглобів.
42. Опишіть процес реабілітації спортсменів після ушкодження периферійних нервів..
43. Опишіть процес реабілітації спортсменів під час больової дестабілізації плечового суглоба.
44. Опишіть процес реабілітації спортсменів після важких ушкоджень плечового пояса.
45. Опишіть процес реабілітації спортсменів під час травматичного епікондиліту (лікоть тенісиста).
46. Опишіть процес реабілітації спортсменів після оперативного видалення меніска з колінного суглоба.
47. Опишіть процес реабілітації спортсменів після реконструкції передньої хрестоподібної зв'язки колінного суглоба.

48. Опишіть процес реабілітації спортсменів після реконструкції задньої хрестоподібної зв'язки колінного суглоба.

49. Опишіть процес реабілітації спортсменів після реконструкції ахіллового сухожилка.

50. Опишіть процес реабілітації спортсменів під час запалення підошвового сухожилка.

51. Розкрийте причини, механізм та основні діагностичні симптоми пошкодження бокових зв'язок колінного суглоба.

52. Розкрийте причини, механізм та основні діагностичні симптоми пошкодження хрестоподібних зв'язок колінного суглоба.

53. Розкрийте причини, механізм та основні діагностичні симптоми пошкодження менісків колінного суглоба.

54. Розкрийте сутність синдрому міофасціальних тригерних точок (міофасціального болю) у спортсменів.

55. Опишіть клінічну картину синдрому міофасціальних тригерних точок (міофасціального болю) у спортсменів.

56. Опишіть диференційну діагностику синдрому міофасціальних тригерних точок (міофасціального болю) у спортсменів.

57. Розкрийте загальні принципи лікування синдрому міофасціальних тригерних точок (міофасціального болю) у спортсменів.

58. Висвітліть показання та протипоказання до застосування мануальної терапії у фізичній реабілітації.

59. Розкрийте можливості використання масажу у здійсненні біодинамічної корекції хребта під час проведення мануальної терапії.

60. Розкрийте можливості використання прийомів масажу у здійсненні біодинамічної корекції хребта під час проведення мануальної терапії.

61. Розкрийте можливості використання прийомів мобілізації (пасивних рухів) у здійсненні біодинамічної корекції хребта під час проведення мануальної терапії.

62. Розкрийте можливості використання прийомів постізометричної релаксації (ПІР) у здійсненні біодинамічної корекції хребта під час проведення мануальної терапії.

63. Розкрийте можливості використання прийомів маніпуляції (форсированих рухів) у здійсненні біодинамічної корекції хребта під час проведення мануальної терапії.

64. Опишіть основні прийоми мануальної терапії на шийному відділі.

65. Опишіть основні прийоми мануальної терапії на грудному відділі.

66. Опишіть основні прийоми мануальної терапії на попереково-крижовому відділі.

67. Розкрийте фактори оздоровчої дії холодної води на організм у світі новітніх даних.

68. Розкрийте сутність нетрадиційних засобів (рефлексотерапії) у зміцненні здоров'я спортсменів (на прикладі використання акупунктурних точок «енергії моря» та «енергії океану»).

69. Розкрийте сутність негативного фактора «споживання алкоголю» у погіршенні працездатності та реабілітації спортсменів.

70. Розкрийте сутність негативного фактора «куріння» у погіршенні працездатності та реабілітації спортсменів.

71. Розкрийте сутність негативного фактора «примусового зменшення зайвої ваги» у погіршенні працездатності та реабілітації спортсменів.

72. Розкрийте сутність негативного фактора «застосування анаболічних стероїдів» у погіршенні працездатності та реабілітації спортсменів.

73. Опишіть педагогічні засоби відновлення працездатності спортсменів.

74. Опишіть психологічні засоби відновлення працездатності спортсменів.

75. Опишіть медико-біологічні засоби відновлення працездатності спортсменів.

Екзаменатор \_\_\_\_\_ М.Ф.Хорошуха  
Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ В.М. Савченко